

Müncheni Magyar Katolikus Misszió

Családi Lap

A müncheni és München környéki magyar családok lapja

III. évfolyam, 4. szám

2010. november 30.

Mesés Karácsony



Tartalom:

A mesék varázsa és szerepe a gyermek fejlődésében	3
A Gyermekdelután és Bébi-Mami Kör gyermektágjainak kedvenc könyvei	6
A gyermekkönyv börzéről	6
Amit a fogszabályozással kapcsolatosan tudni érdemes	7
Tudták-e,	7
Adventi Családi Programajánló	8
Könyvajánló	9
Bejgli rendelési lehetőség	9
Kézműves sarok	
Adventi lámpás	10
Puha mézespogácsa	10
Mese-sarok Móra Ferenc: A didergő király	11
Állandó programok	12

A szerkesztő előszava

Újra karácsonyra készülődünk, újra gyűjtjük a gyertyákat az adventi koszorún. Újra énekeljük a karácsonyi énekeket, sütjük a bejglit, a mézest. Már korán sötétedik, több időnk van otthon, játszani, mesélni. A mesékről szól Connerth Zsuzsa óvónő a Bébi-Mami Kör és Gyermekdelután őszi fórumán tartott előadásának jegyzete is. Gondolatébresztő előadás és beszélgetés volt, még a tapasztalt pedagógus anyukáknak is. A fórumon bemutatták az anyukák és apukák gyerekeik aktuálisan kedvenc könyveit is. Ennek listáját közöljük a cikk után.

Dr. Schmidmer Katalin cikkével új egészségvédő sorozatot szeretnénk az útjára indítani. Ebben, reményeink szerint, több orvosi szakterület képviselőjétől olvashatjuk majd, hogyan őrizhetjük meg magunk és gyermekeink egészségét.

Természetesen szeretnénk az ünnepi készülődésben is segítséget nyújtani Könyvajánló, Adventi családi programajánló, Kézműves sarok és Mese sarok rovatainkkal is.

Minden kedves Olvasónknak áldott, szép Karácsonyt kívánunk!

dr. Somorai Márta és a Családi Lap csapata

A mesék varázsa és szerepe a gyermek fejlődésében

„A mese az az ábécéskönyv, amelyből a gyermek megtanul saját lelkében olvasni...” (B. Bettelheim)

Kedves Anyukák és Apukák!

Nagy örömmel készítettem el ezt az összeállítást a mesék varázsáról és jelentőségéről, de be kell vallanom, hogy meg is lepődtem. Meglepődtem a felkészülés közben bennem felvetődött kérdések tömkelegén, mindez annak ellenére, hogy mint óvónőnek és két, immáron felnőtt gyermek anyjának, a mese és mesélés már évtizedek óta a hétköznapi rutinjába tartozik. De kezdjük az elején! Mi a mese? A magyar nyelv értelmező szótára szerint: „A mese a nép ajkán élő, szájról szájra járó, csodás, hihetetlen elemekkel teleszótt, rendszerint prózai, ritkábban verses, költött elbeszélés.” Rudolf Steiner így fogalmaz: „Nem könnyű a meséről beszélni. Egyrészt, a tárgy nehézsége miatt, mert azokat a forrásokat, amelyekből a mesék, a valódi, igaz mesék erednek, az emberi lélek olyan mélységeiben kell keresnünk, ahova csak bonyolult és hosszú utakon juthatunk el. Másrészt, éppen a meseköltészet varázsával szemben érezzük, hogy a mese lényegének fogalmi megközelítése megsemmisíti a mese elementáris, eredeti hatását a lélekre, vagyis magát a mese lényegét.”

A köztudatban a mese műfaját a csoda határozza meg. A csoda, a mese műfajában egy magától értetődő természetes esemény. Mégis, a mese mesélője, minthogy a mese hallgatója sem hiszi el azokat a csodálatos eseményeket, amelyeket elmond vagy felolvas. Nem hisz a sárkányokban, tündérekben, boszorkányokban, ördögökben – a mese csodálatos szereplőiben-, mégis szívesen hallgatja és éli át mindazt, amit a mese, mint művészeti alkotás kínál a maga sajátos esztétikumával. Ezt az esztétikai hatást a mesei cselekmény, a meseelemek, a mesei szerkezet és a mese nyelve teremti meg.

A mese a cselekményt két ellentétes, sőt ellenséges elem harcára építi fel, mint pl. élet-halál, nappal-éjszaka, fény-sötétség, jószág-gonoszság, gazdagság-szegénység. A népmesék cselekménye nem változhatatlan, minthogy tudjuk, hogy szájról szájra jár, kopik vagy gazdagodik, elvegyül más mesék elemeivel. A mesék építő elemei: a mese szereplői, a mesék színhelye, a mesékben előforduló tipikus helyzetek, tárgyak és csodálatos események. Ezeknek az elemeknek az elrendezése, szerkesztése teremti meg a mesét.

Mint mindannyian tudjuk, a mesék szimbólumokon keresztül szólnak hozzánk. Általában úgy kezdődnek, hogy ”hol volt, hol nem volt, hetedhét országon is túl”. Így jelzik, hogy a történet nem itt és most, a reális világban, ahol a természet és a logika törvényei uralkodnak, játszódik, hanem egy másik közegben, a mese különleges világában, ahol más törvények, más szabályok érvényesek. A történések a mesékben ellentmondanak a valóságnak, mégis ezek a történések igazak, mert alapvető igazságokat fejeznek ki szimbolikusan. A mese világa tehát, nem racionális, hanem mágikus. Olyan, mint a kisgyermeké és a tudattalané. Csodák történnek benne, és a tárgyakkal, állatoknak tudatuk és lelkük van. A külső és belső tulajdonságok a mesealakokban egyaránt szélsőségesek. Valaki vagy gyönyörű, vagy irtózatosan csúnya, vagy jószágos, vagy határtalanul gonosz. Ezért olyan otthonos a mese közege a gyerekek számára, hiszen ők is a mágikus gondolkodás szintjén állnak.

A mesék tárgyilagosan és egyértelmű módon, nyíltan szólnak az emberi lélek veszedelmes oldalairól: az irigységről, a féltékenységről, az uralomvágyról, vagy a féktelen szenvedélyről. A kisgyerek belső világa kaotikus, vad, fékezetlen. Egymásnak ellentmondó indulatok dulakodnak benne, és ezek az indulatok szorongást keltenek benne. Felnőttként el sem tudjuk már képzelni, hogy hogyan érezheti magát egy 3-4 éves gyermek. De mindannyian megéltük már azt, amikor

gyerekeink dühössé válnak, mert akaratum valamilyen oknál fogva akadályba ütközik. Bármelyikünk tudna dacreakcióról, hisztirohamokról mesélni. Ilyenkor gyerekeink határtalan, pusztító haragot éreznek irántunk, ill. azok iránt, akikre a legjobban rászorulnak, és akiket máskor a legjobban szeretnek. A gyerekek pillanatok alatt át tudnak váltani a legnagyobb boldogságból a legnagyobb kétségbeesésbe. Ilyenkor tehetetlenek indulataikkal szemben, és nincs még tudásuk, eszközük, hogy érzésvilágukon uralkodni tudjanak. Nincs még meg az a tapasztalatuk, hogy tudják, a kellemetlenségek meg fognak szünni, a bajok nem tartanak örökké. Mint, ahogyan a csecsemő éhsége is azért olyan kínzó, mert fogalma sincs arról, hogy a szörnyű érzés idővel, amikor enni kap, meg fog szünni. Ugyanúgy érzi a kicsit nagyobb gyerek is minden baját örökérvényűnek. Mágikus elképzelései miatt nem is tud kívánság és cselekedet között különbséget tenni. Megrémülhet, ha haragja elmúltával arra kell gondolnia, hogy mi lesz, ha átkai és rossz kívánságai teljesülnek - talán emlékszünk még egy-egy ilyen esetre saját gyerekkorunkból. S ugyanilyen a mesék világa is: tele van kegyetlenséggel, féktelen, vad indulatokkal. A gyermeket ez megnyugtatja, mert amíg nem ismerte a meséket, lehet úgy érezte, hogy egyedül neki vannak ilyen gonosz érzései. Csak ő olyan szörnyeteg, hogy képes gyűlölni az anyját, mert pl. a testvéreinek adott igazat egy veszekedésben, vagy mert azt kívánja, hogy az apja soha többé ne jöjjön haza, hogy örökké kettesben maradjon az anyjával. Ugyanezek a kavargó, ellentmondó érzések vannak meg a mesefigurákban, és a mese történéseiben is. A gyerek könnyebben el fog igazodni a saját érzéseiben, ha a mese segítségével külön tudja választani: a gonosztságot - a mostoha vagy a csúnya boszorkány alakjában -, a segítő indulatot a gyönyörű tündérbán, a vad szenvedélyeket a fenyegető vadállatok figurájában, vagy a féltékenységet az irigy és rosszindulatú testvérek történetében. Tudomásul veszi, hogy ilyen érzések léteznek, és hozzátartoznak az emberi természethez.

A mese nemcsak a lélek sokrétságát mutatja be, hanem az élet nagy kérdéseiről is szól szimbolikusan. A legtöbb mese úgy kezdődik, hogy a mesehősnek egy hosszú, boldog, de eseménytelen idő után, valamilyen oknál fogva el kell hagynia otthonát, vándorútra indul. Ez az indulás azt szimbolizálja, hogy a felnőtt személyiség kifejlődéséhez elengedhetetlen, hogy az ember szakítson a gyerekkorával, gyermeki függőségével, bármilyen boldogan élt is benne odáig. Ki kell lépnie a külvilágba, saját kezébe kell vennie a sorsát, mert csak úgy találhat önmagára. A mese elismeri, hogy a felnőtté válás nehéz, veszedelmekkel, buktatókkal járó folyamat. Ezt mutatják a veszélyek, melyekkel a mesehősnek vándorútján meg kell küzdenie. Ugyanakkor, azt is megmutatja, hogy ha a veszedelemmel szembenézőnk, bátorsággal, erőfeszítéssel sikeresen célba tudunk jutni. Számos mese végződik úgy, hogy a mesehős sok viszontagság után megkapja a királyságot és a legszebb királylányt. A királyság Bettelheim értelmezésében az érett felnőttiséget jelképezi. Király az, aki képes saját lelke birodalmán uralkodni, aki nincs többé másokra rászorulva, aki életét felelősen tudja irányítani. Az érett személyiség másik mutatója a felnőtt párkapcsolat. Ezért fejeződik be a mesékben ábrázolt érési folyamat a királyság mellett a házassággal. S végül a befejező mondat: „Boldogan éltek, amíg meg nem haltak”. A halált, az élet végeességét nem tagadják a mesék, de ez a végzés inkább azt sugallja a gyerekeknek, hogy a felnőtté válás munkája után elérhet egy olyan csúcspontra, ahol életét megérdemelten élvezheti.

Bettelheim kiemeli, hogy a meséket a gyermek lehetőleg élőszóban, a szüleitől hallja, mert a mesék az emberi lélek, a szülő-gyermek kapcsolat mély konfliktusait érintik. A gyerek számára megnyugtató, ha mesemondással a szülei jelzik, hogy ismerik és természetesnek tekintik ezeket a problémákat. Nem rémülnek meg, ha szülőket legyőző gyermekekről, féltékeny testvérekről, nagyravagyásról, irigységről, vagy vadállati indulatról hallanak. A gyermek tudattalanja számára ez azt jelzi, hogy szülei elfogadják nehézségeit és egyetértenek a mese által kínált megoldással.

A népmesékről sokan azt tartják, hogy ijesztő figurái, kegyetlen, vad történései félelmet keltenek a gyermekben. De már a kezdés „hol volt, hol nem volt” büvös szavai is jelzik, hogy a történet a szokványos értelemben nem igaz. A gyerek pontosan tudja, hogy az ágy alól nem mászik elő egy vérszomja szörnyeteg. Nem az alakoktól, eseményektől félnek (ezek sokszor nekünk ijesztőbbek), hanem attól, amit szimbolizálnak. Ha a gyerek mégis fél, akkor általában olyan jellegű a konfliktus, hogy azt még így, mese formában sem tudja elviselni. A félelem belülről jön, jobb mesealakokban átélni, mintha csak egy tárgyaltan lebegő szorongásban marad. A művészi mesék, ezzel szemben sokszor félelmetesebbek a gyerekek számára. Így pl. Astrid Lindgren: Kalle Blomquist című meséjében, ahol egy védett, hangulatos otthonban, családja körében él egy kislány. Ide lép be egy soha nem látott nagybácsinak öltözött Gonosztevő. Az otthon, a mindennapok biztonsága rendül meg, a veszély nem réges-régen, hetedhét országon túlról való, hanem itt és most, bárkivel megtörténhet.

Ha a gyermeket kíméletességre akarjuk nevelni, és elhagyjuk a mesékből a gonosz gyakran brutális, szinte szadista pusztulását, tulajdonképpen csak zavart okozunk. A gyerek számára a gonosz pusztulása, a gonoszságnak, mint olyanak a legyőzését jelenti, bizonyos szempontból a saját életében, a saját lelkében. A mese azt tanítja, hogy le tudjuk győzni saját démonjainkat, és jó hajlamaink segítségével elérjük céljainkat. Ezt a jelképet zavarja meg, ha a gonosz megtestesülését különálló személyenként fogjuk fel, és az iránta tanúsított megértésre, megbocsátásra akarjuk rávenni a gyereket. Ha a gonosz nem kapja meg méltó büntetését, és nem pusztul el, az a gyerek számára azt jelenti, hogy a gonosz él, és bármikor újra támadhat.

A gyerek mesehallgatás közben képeket lát. Ezek a képek az ő fantáziájából származnak, és így segítik hozzá a lelkében lévő káosz rendezéséhez. Így találhatja meg a kapcsolatot a mese általános igazságai és az ő konfúz érzései között. A kész képek, illusztrációk megzavarják képzeletét, hiszen mindenki másképp képzelet el a sárkányt, a királylányt.

A legkisebbeknek az is elég, ha saját hétköznapijainkat elevenítjük föl. A 4-5 évesek már jobban igénylik a klasszikus meséket, mint a tündérmesék. Azok az óvodások, akik rendszeresen mesét hallgatnak, iskolás korukra szövegértés, szókincs és nyelvi fejlettség szintjén jóval megelőzhetik azokat a társaikat, akiknek a mesehallgatás örömeiben nem volt részüik. A jó mesehallgatókból lesznek a sokat és örömmel olvasó gyerekek.

A mesei beállítottság 8-9 éves korig tart. Ettől kezdve már olyan intenzív a valóságra való irányulás, hogy már pl. lehetetlen, hogy az állatok is beszéljenek és már tudja, hogy nem is létezik a Mikulás.

Fontos, hogy a gyermek minél több mesét ismerjen meg, hogy rátalálhasson azokra, melyek az őt leginkább foglalkoztató problémára mutatnak. Annyiszor hallgathassa meg kedvenc meséjét, ahányszor akarja, mert agyunk ismétlődésre van beprogramozva. A gyermek nem tudja, hogy miért okoz olyan örömet neki egy-egy mese, de hogy jól tesz neki és szüksége van rá, azt érzi.

S végül a mesék, a mesélés formáiról. A szabad mese fejből, emlékezetből való mesélést jelent. Ilyenkor szem és testkontaktus van mesélő és hallgatója között. Az arcmimika, a testtartás követi a mese fordulatait, ezért a gyermekek így képesek a legjobban azonosulni a mesében történetekkel. Felolvasáskor fontos, hogy legalább a szemkontaktust fenntartsuk.

Bábozáskor többnyire ellenfelek küzdelme kerül előtérbe. A gyerekek izgulnak, hangosan rész vesznek, biztatják a szereplőket. A diafilmeknek főleg a rituáléját kedvelik a gyerekek: a sötét szobát, az előkészületeket, filmbefűzést. A szülő ilyenkor csak a gyermeké. Mivel a meseképek nem mozognak, a gyermek belső képalkotási folyamata nem sérül.

A tv véleményem szerint egy elektromos bébiszitter, mely blokkolja a gyermek belső képalkotását. A 3-7-évesen egyedül tévézők többnyire lenyűgözöttek és egyre feszültebben ülnek a képernyő előtt, rágiák a körmüket, csavarják, tépkedik a hajukat, nem tudnak a látottaktól elszakadni. A tv-ből jövő ingereket nem tudja a gyerek feldolgozni. Feszültség, indulat, vágy, agresszió így felduzzad, feldolgozatlan marad. Agyunk ugyanis, képek segítségével dolgozza fel élményeinket, tapasztalatainkat, mégpedig belső képkészítés révén, mint az álomképek, fantáziaképek, olvasás közben keletkező belső képek, emlékképek. Külső képek, mint pl. a tv, a videó vagy más mozgóképek leállítják a belső képképzést. Azért nem nyugszik meg a tv elé ültetett gyermek, mert ez a feldolgozás nem történik meg. A gyerekek ugyanis megvan az a képessége, hogy szorongásait belső képekkel oldja, de nem tud különbséget tenni a belső és a külső képek között. A sok, gyors egymásutánban beáramló külső kép leblokkolja ezen információk feldolgozását, mert nem hagy időt a befogadásra. Ezzel fokozott készenléti, izgalmi állapotot, szorongást okoz. A sokat tévéző gyerekek nem tudnak az óvodákban mesét hallgatni, nem tudnak odafigyelni, mivel a tv zsongító kábulata után a mese, a hétköznapi élet kis eseményei, a játék már nem olyan érdekes. Mivel a gyermek fő tanulási formája az utánzás, így azt is utánozni fogja, amit a tv-ben látott. Ezentúl, a tv elveszi az időt a játszástól is, ami szintén a feszültség levezetését képezné, és a képzelet gazdagodását segítené. Ezért, ha a nagyobb gyerekeknél a tévzés már elkerülhetetlen egy családban, akkor se tartson naponta 20 percnél tovább. Mindig szülői felügyelet alatt, és a gyermek ismeretanyagának, érzelmi világának megfelelően kiválasztott műsorokat tekintünk meg. A szülő ismerje meg, hogy hogyan reagál a gyereke a különböző programokra, és ezek szerint alkossanak szabályokat. Fontos a gyerek érdeklődését, szokásait is szem előtt tartani ezen szabályok kialakításánál. A teljes tiltás azonban legtöbbször a visszájára fordul. A látottak közös megbeszélése kapcsán, a gyerekek és szülei nemcsak a világot, hanem egymást is jobban megismerhetik, megérthetik.

Üdvözlettel: Connerth Zsuzsa

A Gyermekdélután és Bébi-Mami Kör gyermektagjainak kedvenc könyvei

Alma együttes: Balaton CD és mesekönyv
Bálint Ágnes: Megint Mazsola
Bartos Erika: Anna, Peti és Gergő Családi fészek
Bartos Erika: Zsákbamacska
Émilie Beaumont, Marie-Renée Pimont: Képes
mindentudó az iskoláról
Czukás István: Süssüke nevet kap
Halász Judit: Csiribiri koncert DVD
Janikovszky Éva: Már óvoda vagyok
Lépésről lépésre: A természet
Marék Veronika: Boribon focizik
Sven Nordqvist: Amikor Findusz kicsi volt és eltűnt
Artur Nowicki: Mi újság... A tűzoltóságnál
Richard Scarry: Tesz-vesz város
Szutyjev: Vidám mesék
Varga Katalin: Gögös Gúnár Gedeon

A gyermekkönyv börzéről

Annak ellenére, hogy rövid határidővel hirdettük meg a könyv börzét, összejött annyi könyv, hogy a nehezebben „haza”jutó kisgyermekes anyukák igényeit ki tudta elégíteni. Szeretnénk ezt a börzét tavasszal is megrendezni, amikor a gyerekkönyvek mellett magyar nyelvű játékok, társasjátékok és CD-k is helyet kapnának. Már most bátorítok minden szülőt, hogy kezdjen el selejtezni tavaszra a magyar nyelvű könyvek, ill. játékok között, és figyelje a hirdetéseinket! Sok család örülne és hasznosítaná az újabb szerzeményeket. *HB*

Amit a fogsabályozással kapcsolatosan tudni érdemes

Dr. Schmidmer Katalin, fogsabályozó szakorvos válaszol

Rendelő: Leopoldstr. 104, tel: 35474710, www.schmidmer.de

Milyen korban kell elkezdni egy fogsabályozási kezelést?

Gyerekkorban a legideálisabb elkezdni a fogsabályozást, mert a még növekedésben levő állcsontokat ilyenkor lehet a különböző fogsabályozási technikákkal a legjobban alakítani és növekedésükben alátámasztani. Általában 9-10 éves korban szoktak először felkeresni egy fogsabályozó szakorvost (=Kieferorthopäde). Természetesen minden korban lehet szabályozni a fogakat, azzal a feltétellel, hogy egészséges a fogakat tartó parodontium (= csont és íny).

Milyen fogsabályozók léteznek?

A kivehető fogsabályozó készülékek inkább a növekedésben levő állcsontokat szabályozzák 9-12 éves korban, a rögzített készülékek inkább a maradandó fogakat állítják egyenesre. Sokszor a kettő kombinációja vezet a legjobb eredményre.

Meddig tart egy kezelés?

Ha gyerekkorban (tejfogváltó-korban) kezdjük a kezelést kivehető készülékkel, akkor általában 2-3 évig tart a kezelés. Ha egy rögzített készülékkel szabályozzuk a maradandó fogakat idősebb gyerekeknél vagy felnőtteknél, akkor is többnyire 2-3 évig tart a kezelés. Ha kombináljuk a két fajta készüléket, akkor általában 3-4 évig tart a kezelés.

Kihez kell fordulni egy fogsabályozási kezeléssel kapcsolatban?

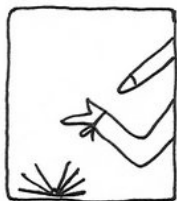
Egy fogsabályozási kezeléssel kapcsolatban nem fogorvoshoz, hanem fogsabályozó szakorvoshoz (=Kieferorthopäde) kell fordulni. A fogsabályozó szakorvos először elvégez egy 5 éves fogorvosi egyetemet. Ezután még 4 évig kell, hogy folytassa tanulmányait egy fogászati klinika fogsabályozási szakosztályán, vagy egy kimondott fogsabályozási magánrendelőben. Csak ezután teheti le a fogsabályozási szakvizsgát és nevezheti magát fogsabályozó szakorvosnak (=Kieferorthopäde).

Mennyibe kerül a kezelés?

Németország szinte az egyetlen ország, ahol a fogsabályozás a legmagasabb szinten állami biztosított (= gesetzliche Krankenkasse). Gyerekeknek 18 éves korig, teljesen ingyenes. Természetesen fenn kell állnia egy komoly orvosi indikációnak, mert kizárólag esztétikai okokból kívánt kezelésért-hasonlóan, mint a plasztikai sebészetben is,- a betegnek saját zsebből kell fizetnie a kezelést. Ezt a fogsabályozó szakorvossal való első konzultáció alkalmával le lehet tisztázni.

Tudták-e,

hogyan lehet külföldön született gyerekeknek a magyar nyelvet átadni, az idegen országban óvodába, iskolába járó magyar anyanyelvű gyerekek nyelvtudását megőrizni, saját kiejtésünket akcentus nélkül megtartani, szókincsünket nem elveszteni, vagy pláne bővíteni? Ezekkel, a számunkra szintén nagyon aktuális kérdésekkel foglalkozik a kétnyelvű nevelésről szóló írásában egy Kanadában élő nyelvész édesanya. Ritkán kapok olyan webcím ajánló e-mailt, melyet tényleg hasznosnak találok. Ez ilyen volt: http://felicitasz.blog.hu/2010/10/04/kulfoldon_elunk_magyarul_beszelnunk. SM



Adventi Családi Programajánló

Aki szeretné a belvárost elkerülni, melynek utcái főként a hétfvégehez közeledve babakocsival szinte átjárhatatlanokká válnak, azoknak szívből ajánlom az **Angolkert Kínai tornya melletti karácsonyi vásárt**. A vastag gofrik, a gyönyörű, kézzel készített babácskák mellett a régi idők hangulatát idéző körhinta, a playmobil sátor, és a december 6-án itt is ajándékokat osztogató Mikulás gondoskodik a gyerekek, egyébként tapasztalatom szerint nem magától értetődő karácsonyi vásároló jókedvéről (www.chinesischer-turm.de).

A magas szintű kézműves és művészeti termékek kedvelői ne hagyják ki a **schwabingi karácsonyi vásárt** (www.schwabingerweihnachtsmarkt.de).

A Marienplatzon természetesen idén is már megnyitott a legszűfoltabb müncheni karácsonyi vásár. Délutánonként, 17:30 -18h között a **Városháza erkélyéről élő zene** szól. A Városházán idén is várja a szívesen kézműveskedő, barkácsoló, süteménysütő 6-12 éves gyerekeket a **Himmelswerkstatt** (kb. másfél órás foglalkozások, dec. 19-ig naponta 14:30-kor és 16:30-kor, találkozás a Városháza halaskút felőli bejáratánál). Advent 2. és 4. vasárnapján még krampuszok megjelenésére is lehet számítani a belvárosi vásárokon. Nem messze innen, a Rindermarkt-nál a betlehemes figurák széles választékát bemutató bódék között lehet bókászni. A fáradt gyerek lábak megpihenhetnek a **karácsonyi gyermekvillamos** (Christkindltram) ülésén, közben megcsodálhatják a belváros fényeit egy gyerekpuncs és mézeskalács mellett (indulás és érkezés: Sendlinger Tor, dec. 23-ig hétköznap 15:30-19h, hétfvégen 11-19:30h).

A belváros szélén a Wittelsbacher téren a hagyományos **középkori karácsonyi forgatagban** tehetünk egy sétát (www.mittelaltermarkt-muenchen.de), vagy a rezidencia császárudvarán a **karácsonyi faluban** megcsodálhatjuk a legismertebb meséket megelevenítő báb jeleneteket (www.dasweihnachtsdorf.de).

További információ a még számtalan karácsonyi vásárról München városában a http://www.muenchen.de/Rathaus/raw/Tourismusamt/veranstaltung/christkindlmarkt/134002/weitere_Christkindlmaerkte.html weboldalon található.

Aki pedig a sok grillázs és forraltbor után más típusú gyermekbarát beltéri programra vágya, annak szívből ajánlom a **Müncheni Városi Múzeum** (Münchner Stadtmuseum, www.stadtmuseum-online.de) megtekintését. Már 3 évesek is élvezhetik az itt eltöltött délutánt. A város történetét 3 szinten bemutató állandó kiállításon a városhoz kapcsolódó számtalan legendával, szokással ismerkedhetnek meg a látogatók. A 3. emeleten a bábszínházakat, marionett bábokat bemutató kiállítás kifejezetten gyermekbarát, a 4. szinten lévő hangszergyűjtemény pedig lehetőséget adhat az egész család zenei szókincsének szinten tartására, bővítésére. Az épületben, egyébként koncerteket és gyermekelőadásokat is rendeznek. Vasár- és ünnepnapokon az állandó kiállítások látogatása ingyenes. A múzeumhoz tartozik a filmmúzeum és annak kávézója. Ez utóbbi bejáratával szemben található a müncheni modernkori építészet egyik leghíresebb épülete, a **zsinagóga**, és a **Müncheni Zsidó Múzeum** (www.juedisches-museum-muenchen.de).

SM



Könyvajánló

Külhonba szakadva nem olyan könnyű amúgy játékosan, énekelgetve, természetesen mindezt magyar nyelven, nevelni a gyerekeinket, mintha Magyarországon élnék. Több évi kinntartózkodás után már esetleg egyes fűszerek nevei sem ugranak be elsőre, nemhogy a 20-30 évvel ezelőtt énekelt gyermekdalok, mondókák. Ebben segít **Gállné**

Gróh Iona: Ringató - Énekeljünk és játsszunk a legkisebbekkel! című összeállítása, mely a magyarországi azonos nevű foglalkozások anyagából mutat be fotókkal, kottákkal, CD-vel. Azt ígérték karácsony előtt újra kapható lesz, ezért ajánljuk most. *SM*

Csikszentmihályi Mihály: Tehetséges gyerekek. A középiskolás évek kiemelkedő jelentőségük a tehetséggondozásban. Vajon milyen folyamatok zajlanak le a tinédzserek fejében, miközben tanulnak: mire gondolnak, mit éreznek, mennyire szívesen csinálják, amit épp csinálnak? Befolyásolja-e a jövőben tapasztalataik minősége az elkötelezettségüket, céltudatosságukat? Melyek azok a tényezők, amelyek a tehetség elkallódásához vezetnek? Csikszentmihályi Mihály és munkatársai arra a következtetésre jutottak, hogy a képességek fejlesztéséhez komoly kihívásokra van szükség, és a tanuló szociális környezete is döntő jelentőségű. Kutatásai során kimutatták, hogy az iskolában ritkán élnek át a gyerekek „flow” élményt, azaz igen kevés képességeiknek megfelelő kihívással találkoznak, amelyek a megfelelő önbizalom, önértékelés és jó közérzet kialakulásának alapfeltételei lennének. A népszerű pszichológus kutatócsoportjának eredményeit bemutató könyve mindenkinek a hasznára válhat, aki elő szeretné segíteni egy gyermek tehetségének kibontakoztatását.

Vathy Zsuzsa: Angolpark A novellák első sora az író gyermekkori élményeit dolgozza fel. Egy magával ragadóan, de erőltetés nélkül mutatja be az én korosztályom számára már ismeretlen ötvenes évek fojtogató légkörét, egy vidéki értelmiségi család megpróbáltatásait. A könyv utolsó novellái Vathy Zsuzsa elhunyt férje, Lázár Ervin utolsó éveit és megkapó személyiségét idézik. Ajánlani leginkább mégis azért szeretném, mert szégyen ide vagy oda, de ez volt hosszú idők óta az első kortárs magyar próza, amit szívesen olvastam, borítótól borítóig. *SM*

Bejgli rendelési lehetőség

Közeledik a karácsony és azzal együtt a bejgli szezon is! Akár már most is megrendelheti a karácsonyi bejglit, feltéve, hogy van elég hely a mélyhűtőben. Kiválóan lefagyasztható, de persze frissen is finom. Rendelhető a beahorvath@yahoo.com email címen vagy a (0171)7552456-os telefonszámon Horváth Beánál. A kb. 40-45 dkg-os diós vagy mákos bejgli ára az idén is 4 Euro. *HB*

Kézműves sarok

Adventi lámpás

A mécsest befőttesüvegbe rakjuk (biztonsági okokból, nehogy a papír meggyulladjon). Félbehajtott pauszpapír egyik oldalára ragasztjuk a fekete kartonból kivágott képeket, és igény szerint díszítjük színes pauszpapírdarabakkal az üres helyeket. Persze lehet rögtön színes pausszal dolgozni. Ráhajtjuk a pausz másik felét, összeragasztjuk. A papír két szélére fekete kartoncsíkot ragasztunk és tűzőgéppel összetűzzük a végeket. *FKZS*



Puha mézespogácsa

Hozzávalók: 125g méz, 125g vaj/margarin, 3 tojás, 250g porcukor, ½ citrom leve és reszelt héja, 250g finomliszt, 250g rozsliszt, 1kk szódadikarbóna, 2ek mézeskalácsfűszer (őrölt fahéj, szegfűszeg), kenéshez 1kk. tejszín, 1 tojás, 50–60g dió és mogyoró vegyesen. Felolvasztjuk a mézet a vajjal, hagyjuk langyosra hűlni. Simára keverjük a tojásokat a cukorral és a citromlével, és a mézes keverékhez adjuk. A lisztet összekeverjük a szódadikarbónával, fűszerrel, citromhéjjal, és az előbbiekkal alaposan összekeverjük. Elsimítjuk a tetejét, fóliával letakarjuk, és legalább 3 órát pihentetjük a hűtőben. A tésztát lisztezett munkalapon átgyúrjuk lazán, 8 részre osztjuk, és 4 cm átmérőjű rudakat sodrunk. Ezeket 10 részre vágjuk, lisztes kézzel gombócokat formálunk belőle. Egymástól 4-5 cm-re sütőpapírra rakjuk őket, tejszínnel elkevert tojással megkenjük, diót, almát teszünk a közepükre. 200°C-on 10-12 percig sütjük, jól záródó dobozban tároljuk. Ez az eredeti recept. Én ebből szoktam a szokásos formákkal karácsonyi mézeskalácsot sütni, ½ cm vastagra nyújtva. Ha cukormázatot teszek rá (10 dkg porcukor + 1 tojás fehérjéből verve), nem kenem meg sütés előtt tojással. Jó sütést, illatos Karácsonyt! *RK*



Mese-sarok

Móra Ferenc: A didergő király

Mese, mese, mátká, pillangós határba:

Volt egyszer egy király
Nekeresd országba.

Nevenincs királynak nagy volt a bánata,
Csupa siralom volt éjjele, nappala.

Hideg lelte-rázta, fázott keze-lába.

Sűrű könnye pergett fehér szakállába:

"Akármit csinálók, reszketek és fázom,
Hiába takargat aranyos palástom!

Aki segít rajtam: koronám, kenyerem

Tőle nem sajnálom, véle megfelezem!"

Százegy kengyelfutó szákét felé szaladt,

Tökszárdudát fújtak minden ablak alatt:

"Ki tud orvosságot a király bajáról,

Hol az a bölcs ember, aki jót tanácsol?"

Adott is ezer bölcs ezeregy tanácsot.

De együtt se ért az egy falat kalácsot.

Didergő királynak csak nem lett melege,

Majd megvette szegényt az Isten hidege.

Körmét fúvogatta, keserűn köhintett,

Bölcs doktorainak bosszúsán legyintett:

"Bölcsökkel az időt ne lopjuk, azt mondom,

Hívjátok elő az udvari bolondom!"

"Hallod-e, te bolond, szedd össze az eszed,

Adj nekem tanácsot, akárhonnán veszed."

"Teli van énnám ésszel a szelence:

Hideg ellen legjobb a meleg kemence.

Gyűjts be csak, komám" - nevetett a bolond,

S nevetett köntösén a sok arany kolomp.

Kergeti a király ki a sok léhűtő:

Hozzák fülönfogva az udvari fűtőt!

"Hamar cédrusfával a kandallót tele,

Urunk-királyunknak attól lesz melege!"

Nagy volt a kandalló, akár egy kaszárnya,

El is égett benne vagy száz cédrusmáglya.

Sergett is a király előtte, megette,

Utoljára mégis csak azt dideregte:

"Fűtsetek, mert megvesz az Isten hidege,

Már a szakállam is csak úgy reszket bele!"

Nyöszörög a fűtő: "Felséges királyom,

Életem-halálom kezembe ajánlom,

Most dobtam bele az utolsó forgácsot,

Jó lenne hívatni az udvari, ácsot!"

Nekibúsult erre a didergő király,

Szigorú parancsral a kapuba kiáll:

"Váגיátok ki kertem minden ékességét,

A szóló szőlőnek arany venyigéjét,

A mosolygó almát, a csengő barackot,

Hányjátok a tűzre minden kis harasztot!

Széles ez országban amíg erdőt láttok,

Kandallóm kihűlni addig ne hagyjátok.

Jaj, mert mindjárt megvesz az Isten hidege,

Csak úgy kékellik már az ajkam is bele!"

Csattognak a fejszék, sírnak erdők, berkek,

Recsegnek, ropognak a gyümölcsös kertek.

Sok lakójuk fejét bujdosásnak adta,

Fészkit ezer madár jajgatva siratta.

A rengeteg fákból egy szál se maradt ott,

Aranyos kandallón mind elparazsallott.

Didergő királynak de minden hiába,

Nyögve gubószik be farkasbőr bundába:

"Fűtsetek, mert megvesz az Isten hidege,

Csak egy fogam van már, az is vacog bele!"

Nekeresdországban van is nagy kopogás,

Ripegés-ropogás, siralom, zokogás.

Dolgozik a csákány, fűrés, balta, horog -

A király ajtaja egyszer csak csikorog.

Betipeg egy lányka, icike-picike,

Gyöngyharmat tündöklök lenvirágszemibe.

Az ajaka kláris, a foga rizskása,

Csacsog, mint az erdő zengő muzsikása:

"Ejnye, de rossz bácsi vagy te, király bácsi!"

Megfordul a király: "Ácsi, kislány, ácsi!

Azt se tudom, ki vagy, soha se láttalak,

Mért haragszol reám? Sohse bántottalak!" -

Kerekre nyitotta a csöppség a szemét:

"Minek szedetted le a házunk tetejét?

Hó is hullongázik, eső is szemezik,

A mi padlásunkra az most mind beesik;

Elázik a bábum kimosott ruhája,

Vasárnap délután mit adok reája?"

Mint amikor nap süt a jeges ereszre,

A király jégszive harmatot eszerte.

Szemében buggyan ki szívének harmatja,

Szögháját a lánynak végigsimogatja:

"Ne félj, a babádat ruhátlan nem hagyom,

Bíborköntösömet feldaraboltatom.

Bársonyrokolyája, selyem főkötője,

Lesz ezüstkötyője, aranycipellője!"

Most már meg a kislány mondta azt, hogy "ácsi!"

Mégiscsak jó bácsi vagy, te király bácsi!"

Örömeiben ugrált, tapsikolt, nevetett -

S didergő királynak nyomban melege lett!

A tükörablakot sarokra nyitotta,

Városa lakóit összekurjantotta:

"Olyan meleg van itt, hogy sok egymagammak,

Juttatok belőle, aki fázik, annak!"

Tódult is be nyomban a sok szegény ember,

A márvány-téglának nyüzsgött, mint a tenger.

Ki is szorult tőlük király a konyhára,

Rájuk is parancsolt mindjárt a kuktákra:

"Aszaltl terigetni, ökröt sütogetni,

Fussatok a hordót csapra ütögetni,

Ily kedves vendég még nem járt soha nálam,

Mint a saját népem - nagy Meseországban..."

Állandó programok

Müncheni Magyar Katolikus Misszió

Oberföhringer Straße 40, 81925 München, Tel.: 089 / 98 26 37

www.ungarische-mission.de, E-mail: info@ungarische-mission.de

Bébi-Mami Kör és Gyermekdelután – játszóház, mama kávézó és óvodás foglalkozás 0-6 éves korig, kedd 16-18h

Hétfélig Magyar Iskola (HMI) és Óvoda – 3 éves kortól, havi 2 szombat, 13-15.30h

Gyermek színjátszókör – a HMI szombatjain 12-13h

Gyermek néptáncsoport – a HMI szombatjain 12-13h

Cserkészlet - a HMI szombatjain 15.30-18h

Regös néptáncsoport – kedd és szerda 18.30-21.30h

Iffjúsági Találkozók, érdeklődni a Misszió

Durmulok, Iffjúsági énekkar - csütörtök 18.30-20h

Patrona Hungariae, Énekkar - szerda 18.30-20h

Klasszikus táncok – csütörtök 20-21.30h

Családok Fóruma - havonta egyszer, pénteken 18.30-20h

Széchenyi Kör - havonta egyszer, pénteken 18.30-21h

Hölgykoszorú - havonta egyszer, szombaton 18-21.30h

Imakör – minden hónap első és harmadik péntekjén 17-18.30h

Bibliakör – havonta egyszer csütörtökön 17-18.30h

Szeniorok Klubja - havonta egyszer csütörtökön 14-17h

Katakomba klub – kötetlen együttlét vendégmunkások, hosszabb- rövidebb ideig Münchenben tartózkodók és egyedülállóak számára - havonta egyszer, szombaton 18-21.30h

Német-, angol-, computer tanfolyamok

Magyar Intézet – magyar tudományos és kulturális intézmény

Landshuter Straße 4, 93047 Regensburg, Tel.: 0941 / 943 54 40, www.ungarisches-institut.de

Előadások havonta egyszer pénteken 19.30-21.30h az MMKM nagytermében

Müncheni Magyar nyelvű Evangélikus-Református Egyházközség

Istentiszteletek, Szeniorkör, Bibliaóra, www.reformatus-muenchen.de,

Pf. 200216, 85510 Ottobrunn, Tel.: 089-6011335

További magyar nyelvű játszócsoportok Münchenben és környékén:

S.O.S. Familienzentrum, Berg am Laim, Michaelistr.9

csütörtök 15-18h (nyitott csoport), péntek 16-18h (zárt csoport)

info: www.sos-kinderdorf.de/das_familienzentrum_bergamlaim.html

Bébi mami Klub Moosach/Menzing

Augustenfelderstr. 33, minden hónap 1. hétfőjén 15-17h, Vez.: Csabai Renata 14303764

Erding Zentrum der Familie/ Grünemarkt Schule 1 ovis és 2 kisiskolás csoport

Csütörtök ½ 16h-tól, Vez.: Vadász Marcsi Tel: 081-22 47 97 047 vadasz.marcsi@arcor.de

Verantwortlich – Felelős kiadó: Merka János plébános

Szerkesztők: dr. Somorai Márta, Hart István

Közreműködtetők: Fejérdy-Kovács Zsuzsanna, Horváth Bea, Rác Kinga

Grafika: Fejérdy-Kovács Zsuzsanna

Impressum: Ungarischsprachige Katholische Mission – Magyar Katolikus Misszió

D–81925 München, Oberföhringer Straße 40.

Tel.: 089 / 98 26 37 vagy 089 / 98 26 38; Fax: 98 54 19; E-mail: info@ungarische-mission.de,

<http://www.ungarische-mission.de>